SEMIKOI
BASIC GYM

CAMINADOR ELIPTICO CON ASIENTO
TE363/ 1A

MANUAL DEL USUARIO

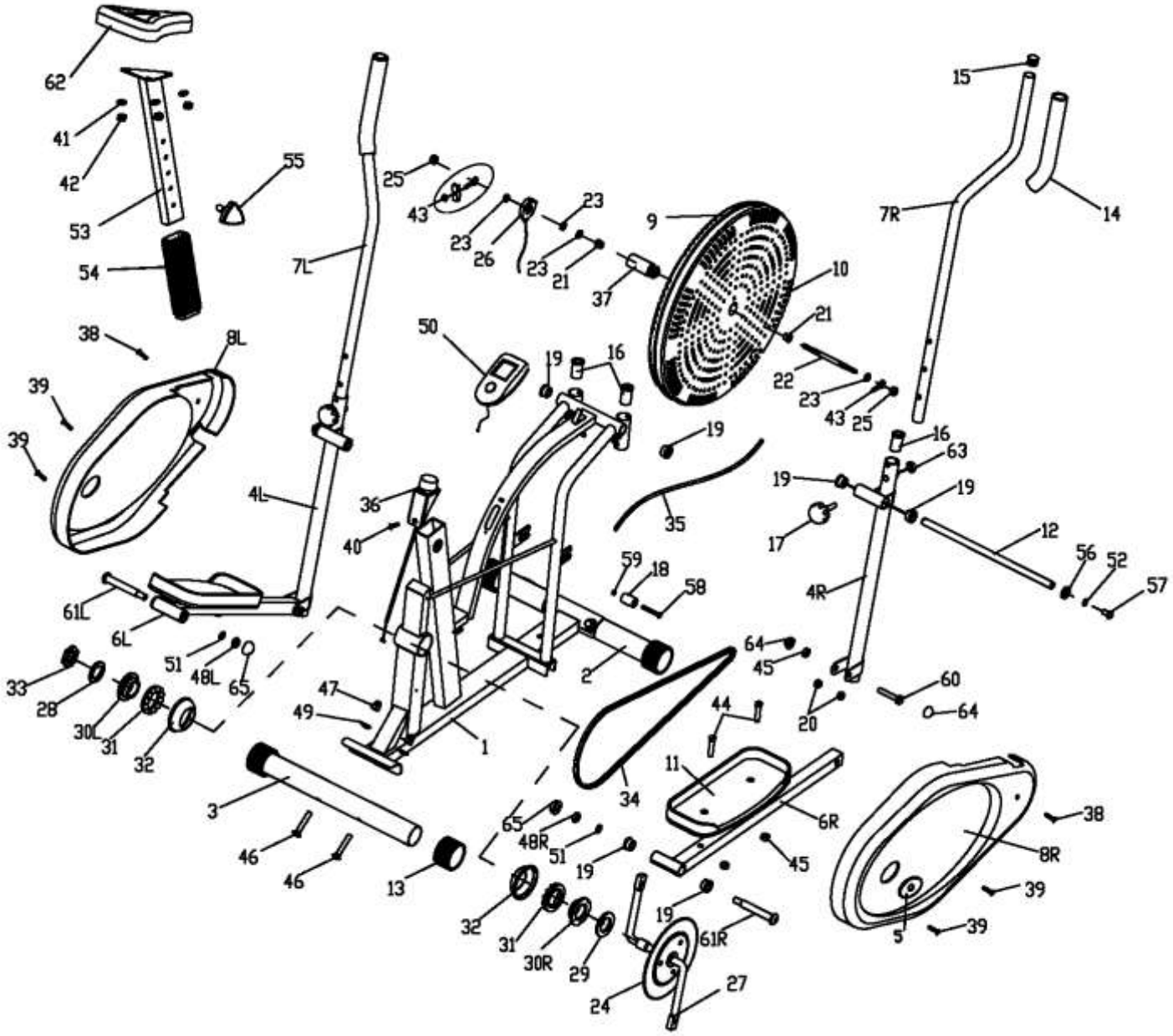
Importante Aviso de Seguridad

Tome en cuenta las siguientes precauciones antes de ensamblar u operar el OrbiTrek.

1. EL MAXIMO PESO QUE PUEDE MANEJAR EL ORBITREK ES DE 113 KG.
Cualquier persona cuyo peso sobrepase este límite NO deberán utilizar esta máquina.
2. Mantenga a los niños y a las mascotas alejadas del OrbiTrek. No deje nuños sin atención en la misma
habitación con la máquina.
3. Si el usuario experimenta mareos, náuseas, dolor en el pecho, o cualquier otro síntoma anormal,
DETENGA su ejercicio de inmediato y CONSULTE A UN MEDICO INMEDIATAMENTE.
4. Coloque el OrbiTrek en una superficie nivelada y despejada. NO LO USE cerca del agua ni en exteriores.
5. Siempre use ropa adecuada para ejercicio al realizarlo. También se requieren zapatos para aerobics o
para correr.
6. Use el OrbiTrek solo para uso descripto en el presente manual. NO use ningún otro accesorio si no está
recomendado por el fabricante.
7. NO coloque objetos punzocortantes alrededor del OrbiTrek.
8. Las personas con discapacidades físicas no deben usar el OrbiTrek sin contar con la presencia de un
médico o profesional de la salud presente.
9. Antes de hacer ejercicio, realice una rutina de estiramiento.
10. NUNCA opere el OrbiTrek si no está funcionando adecuadamente.

CUIDADO: ANTES DE INICIAR ESTE O CUALQUIER OTRO PROGRAMA DE EJERCICIO,
CONSULTE PRIMERO A SU MEDICO. ESTO ES ESPECIALMENTE IMPORTANTE PARA PERSONAS
MAYORES DE 35 AÑOS O PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD PREEXISTENTES. LEA
TODAS LAS INSTRUCCIONES ANTES DE UTILIZAR.

DIAGRAMA DE PARTES

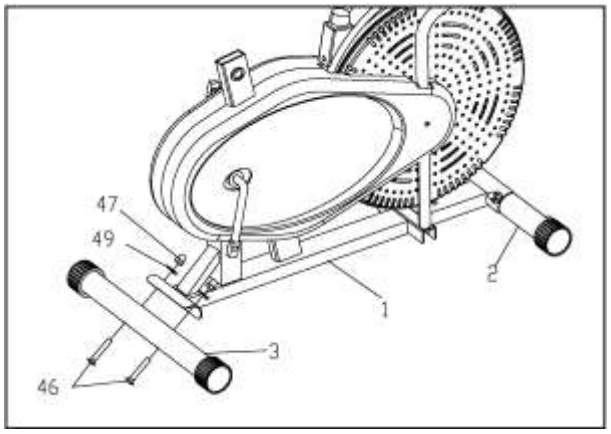


LISTADO DE PARTES

Nº	Descripción	Cantidad	Nº	Descripción	Cantidad
1	Estructura principal	1	33	Tuerca hexagonal	1
2	Estabilizador delantero	1	34	Cadena	1
3	Estabilizador trasero	1	35	Cinta de fricción	1
4 L/R	Barra de soporte	1 de c/ lado	36	Perilla controladora de tensión	1
5	Cobertor de plástico	2	37	Tubo pequeño	1
6 L/R	Barra del pedal	1 de c/ lado	38	Tornillo Phillips M5 x 15	2
7 L/R	Barra de manija	1 de c/ lado	39	Tornillo Phillips M5 x 45	7
8 L/R	Cubrecadena	1 par	40	Tornillo de cabeza fresada	1
9	Rueda de ventilación	1	41	Arandela plana	3
10	Cobertor de rueda de ventilación	1	42	Tuerca de seguridad	3
11	Pedal	2	43	Kit de ajuste de cadena	2
12	Eje de barra de manija	1	44	Perno hexagonal	4
13	Tope del estabilizador	4	45	Tuerca de seguridad	6
14	Protección de espuma	2	46	Perno de cabeza de hongo	4
15	Tapón redondo φ 1”	6	47	Tapón a rosca	4
16	Buje de barra de manija	4	48 L/R	Tuerca de seguridad	2
17	Perilla reguladora	2	49	Arandela curva	4
18	Cilindro transportador	2	50	Monitor	1
19	Buje metálico φ 5/8”	10	51	Arandela de resorte	2
20	Buje metálico φ 3/8”	4	52	Arandela de resorte 13 φ x 8,5 φ x 2,5	2
21	Buje para eje de rueda	2	53	Caño del asiento	1
22	Eje de rueda	1	54	Manguito de caño del asiento	1
23	Tuerca hexagonal fina	4	55	Perilla reguladora de 3 alturas	1
24	Piñón	1	56	Arandela en forma de D	1
25	Tuerca de reborde	2	57	Perno metálico	2
26	Sensor	1	58	Perno hexagonal	2
27	Brazo del cigüeñal	1	59	Tuerca de seguridad	2
28	Arandela	1	60	Perno hexagonal	2
29	Arandela plana	1	61 L/R	Perno de la bisagra del pedal	1 par
30 L	Tuerca dentada (2)	1	62	Asiento	1
30 R	Tuerca dentada (3)	1	63	Tapa tuerca tamaño 13	2
31	Casquillo de bolas	2	64	Tapa tuerca tamaño 16	4
32	Cobertor de bolas	2	65	Tapa tuerca tamaño 18	2

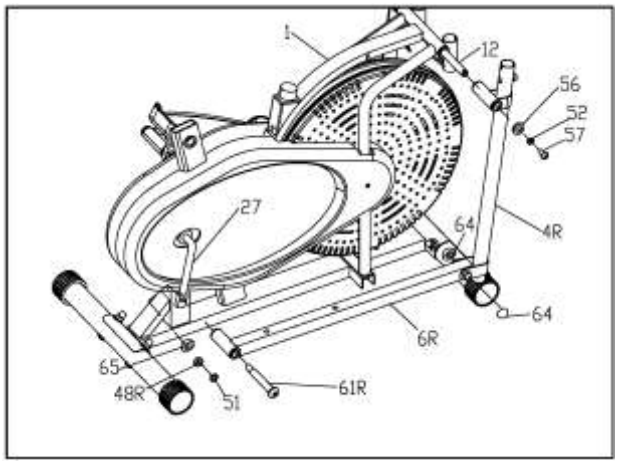
PASO 1.

Adhiera el estabilizador delantero (2) y el estabilizador trasero (3) a la estructura principal (1) asegurándolos con los pernos de cabeza de hongo (46), las arandelas curvas (49) y las tuercas de seguridad (47) como se muestra en la figura.



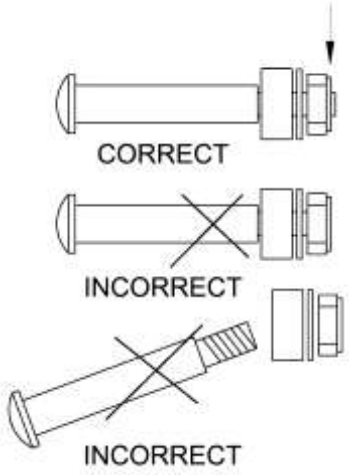
PASO 2.

A: Quite la arandela en forma de D (56), la arandela de resorte (52) y el perno metálico (57) del eje de barra de manija (12) de un lado, coloque la barra de soporte (4 L/R) en la sección principal utilizando el eje de barra de manija. Luego coloque la barra de soporte (4 R/L) del otro lado y vuelva a colocar la arandela en forma de D (56), la arandela de resorte (52) y el perno metálico (57) como se muestra.



B: Ensamble las barras de los pedales (6 L/R) en el brazo del cigüeñal (27) y asegure con los pernos de la bisagra del pedal (61 L/R), las arandelas de resorte (51) y las tuercas de seguridad (48 L/R). Luego, cubra con tapa tuerca (65 y 64).

Aviso: Los pernos de la bisagra del pedal se identifican con las letras “L” para el lado IZQUIERDO y “R” para el lado DERECHO.
Para ajustar, gire el perno izquierdo en sentido contrario a las agujas del reloj y el derecho en sentido de las agujas del reloj.
Mueva el brazo del cigüeñal hacia un ángulo adecuado para ajustar los pernos con mayor facilidad.



ATENCIÓN

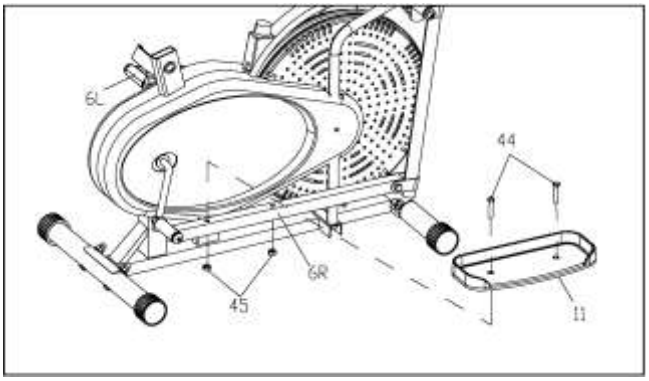
El perno derecho e izquierdo de la bisagra del pedal (24 R/L) debe entrar completamente en el anillo de nilón dentro de la unión de la barra del pedal y el brazo del cigüeñal. Ello garantizará la estabilidad y durabilidad de su Caminador Elíptico.

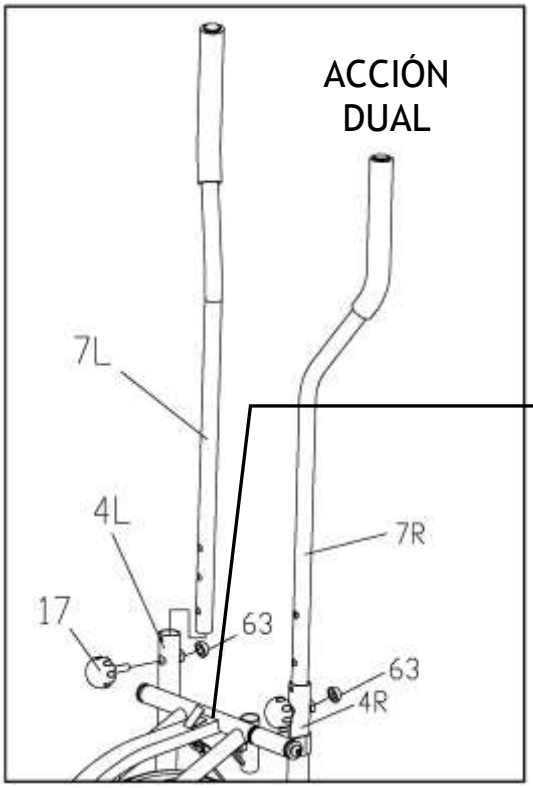
Para instalar el perno de la bisagra adecuadamente, manténgalo derecho cuando lo coloca en las barras de los pedales y el brazo del cigüeñal. Si el perno de la bisagra se coloca en el brazo del cigüeñal de manera inclinada, puede dañarse tanto la bisagra como el cigüeñal

PASO 3.

Ajuste ambos lados de los pernos de la bisagra del pedal (61 L/R) antes de colocar los pedales. Coloque los pedales (11) en sus respectivos brazos del cigüeñal (6 L/R) utilizando los pernos hexagonales (44) y las tuercas de seguridad (45).

Aviso: Los pedales se identifican con las letras “L” para el lado IZQUIERDO y “R” para el lado DERECHO.





PASO 4.

Inserte las barras de manija (7 L/R) en las respectivas barras de soporte (4 L/R). Seleccione la altura a su agrado y asegúrese que ambas barras de manija se encuentran a la misma altura.

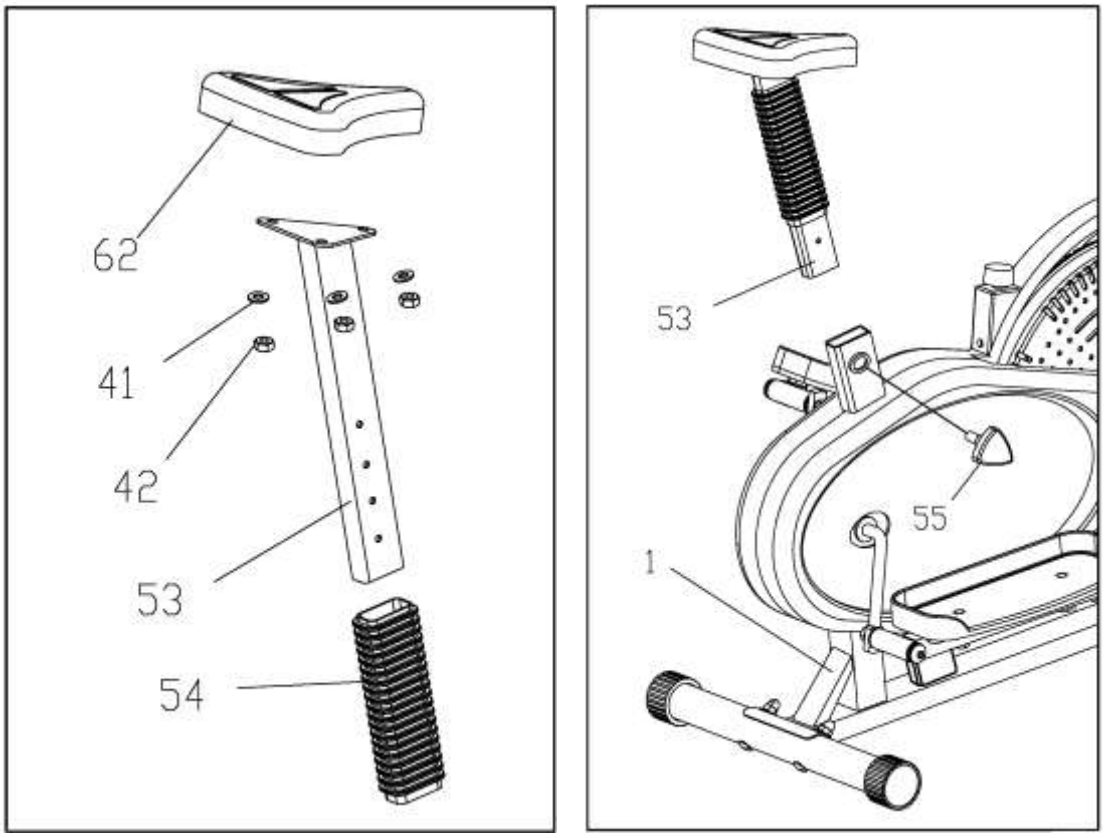
Ajuste cada barra de manija en su lugar con las perillas reguladoras (17) y luego cubra con tapa tuerca (63) como se indica en la figura.

COLOQUE AQUÍ
PARA EL MODO FIJO

Aviso: Puede cambiar las barras de manija (7 L/R) fácilmente y pasar del modo de acción dual al modo fijo durante su ejercitación.
MODO DE ACCIÓN DUAL: Para permitir que las barras de manija se muevan conjuntamente con los pedales.
MODO FIJO: Para mantener las barras de manija en posición fija durante la ejercitación.

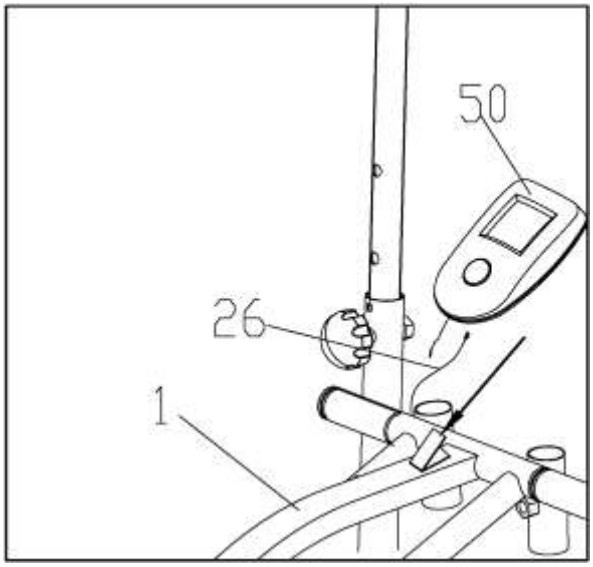
PASO 5.

Ajuste el asiento (62) al caño del asiento (53) con las arandelas planas (41) y las tuercas de seguridad (42) proporcionadas. Deslice el manguito (54) dentro del caño del asiento (53), luego inserte el caño del asiento con el asiento incorporado en la sección principal (1). Ajuste y fije en la altura deseada con la perilla reguladora de altura (55).



PASO 6.

Conecte el cable del sensor (26) al monitor (50) y luego coloque el monitor en el soporte como se indica en la siguiente figura.

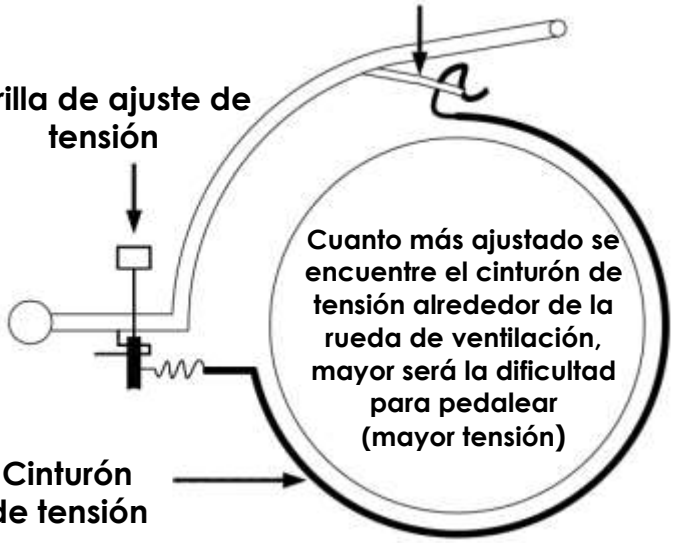


AJUSTES DE TENSION

Su Caminador Elíptico ahora está armado. Cuando se ejercite por primera vez, ajuste la tensión a un grado correcto antes de comenzar. Al girar la perilla controladora de tensión puede modificar el grado de tensión y variar la intensidad de su trabajo mientras se ejercita.
Para aumentar la tensión, gire la perilla controladora de tensión hacia la derecha y para disminuirla, gírela hacia la izquierda.

Hebilla de cinta de tensión

Aviso:
Reajuste la perilla controladora de tensión luego de ajustar la cinta.


Perilla de ajuste de tensión
Cuanto más ajustado se encuentre el cinturón de tensión alrededor de la rueda de ventilación, mayor será la dificultad para pedalear (mayor tensión)
Cinturón de tensión

MOVIMIENTO HACIA ATRÁS

¡Tenga en cuenta que su Caminador Elíptico tiene movimiento hacia ATRÁS!
Pedalear hacia adelante ejercita sus cuádriceps (músculos femorales), mientras que pedalear hacia atrás ejercita sus tendones (músculos posteriores del muslo). Aproveche estos datos para hacer que su ejercitación sea menos fatigosa y más divertida.

ATENCIÓN: ¡ASEGÚRESE DE HABER AJUSTADO TODOS LOS PERNOS Y TUERCAS ANTES DE COMENZAR SU EJERCITACIÓN!

USO DEL CAMINADOR ELIPTICO

El uso de su Caminador Elíptico le brindará varios beneficios. Mejorará su salud física, tonificará sus músculos y junto con una dieta controlada en calorías, lo ayudará a perder peso.

Surex Argentina S.A. garantiza el correcto funcionamiento de este producto por el término de 6 (seis) meses, a partir de la fecha de compra, en condiciones de uso normal.
Este producto fue diseñado para uso familiar exclusivamente, por lo tanto la presente garantía no cubre daños producidos por la utilización comercial o profesional de este producto.
La presente garantía cubre los defectos de fabricación. No se considerarán los reclamos efectuados por los daños resultantes de accidentes, golpes o uso impropio, contrario a su finalidad original, o por encima de la resistencia técnica de los materiales constitutivos.
El manual de uso e instrucciones de armado del producto, forma parte del presente certificado de garantía.
En caso de necesitar la provisión de repuestos o servicio técnico de productos fuera de garantía diríjase a :

Av. Hipólito Irigoyen 2175
(1870) Avellaneda Pcia. de Buenos Aires
Tel. (011) 4208-5427 Fax: (011) 4218-2727
e-mail:service@semikon.com.ar

El usuario del producto que necesitara solicitar el cumplimiento de la presente garantía, deberá comunicar la misma, a la dirección y teléfono indicada arriba. Un representante del servicio de Post Venta de Surex Argentina S.A., indicará los pasos a cumplimentar para ser beneficiado con la correspondiente reparación.
Es imprescindible la exhibición de la factura de compra, en el acto de solicitar la efectivización de la garantía.

DATOS DEL VENDEDORDATOS DEL COMPRADOR

COMERCIO ..... NOMBRE Y APELLIDO .....

DOMICILIO ..... DOMICILIO .....

LOCALIDAD ..... LOCALIDAD .....

TELEFONO ..... TELEFONO .....

FECHA DE VENTA ..... PRODUCTO MODELO .....